



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government



DIOGELU CYMRU  
KEEP WALES SAFE



# COVID-19

## Pum Cam i Gadw Cymru yn Ddiogel yn y Gwaith

Er mwyn mynd i'r afael â COVID-19, cyflwynodd Llywodraeth Cymru y [Cyfyngiadau Coronafeirws](#) gan osod cyfyngiadau llym ar bobl yn ymgynnull, symudiadau pobl, a chynnal busnesau (rhai ohonynt wedi gorfod cau dros dro). Yn gynyddol, o ganlyniad i adolygiadau rheolaidd o'r Rheoliadau, mae nifer o bobl wedi cael caniatâd i agor eto.

Mae gan fusnesau sydd â hawl i weithredu, neu mae'n rhaid i leoliadau sy'n cael caniatâd i agor, wneud hynny yn ddiogel mewn ffordd sy'n cyd-fynd â'r Rheoliadau Coronafeirws, yn ogystal ag ymrwymïadau cyfreithiol eraill ar gyflogwyr (megis deddfwriaeth iechyd a diogelwch).

Dyma grynodedb byr o'r **pum prif gam** y dylai bawb sy'n gyfrifol am waith yng Nghymru eu gweithredu i helpu inni Gadw Cymru yn Ddiogel – gyda'n gilydd. Mae'n ategu'r canllawiau eraill.

**Os bydd rhywun yn teimlo'n wael yn y gweithle gyda peswch newydd, parhaus; tymheredd uchel; ac/neu golli neu newid yn eu synnwyr arogli arferol dylid eu hanfon gartref a dilyn y [cyngor i aros gartref](#).**

**Dylent hefyd aros gartref os bydd aelod o'u haelwyd yn mynd yn wael neu yn dangos y symptomau hyn, neu os bydd rhywun yn cysylltu â hwy fel rhan o'r [rhaglen Profi, Orlhain, Diogelu](#).**

## Gyda'n Gilydd byddwn yn Cadw Cymru yn Ddiogel

## Cynnal asesiad risg COVID-19

Cynnal asesiad risg drwy drafodaethau ystyrlon gyda staff ac/neu eu hundeb llafur cydnabyddedig a rhannu y canlyniadau gyda'ch gweithlu. Dylech ystyried yn benodol a yw'r bobl sy'n gwneud y gwaith mewn [perygl arbennig o COVID-19](#). Mae asesiadau risg yn ofyniad cyfreithiol ar gyfer merched beichiog waeth beth yw maint y busnes.

## Cymryd mesurau ymarferol i weithio'n ddiogel a mynd ati i Brofi, Orlhain a Diogelu yn y gweithle

Mae [canllawiau i'r sector](#) wedi eu cyhoeddi sy'n rhoi'r camau penodol y dylech eu cymryd i weithio'n ddiogel yn ystod y pandemig COVID-19, yn enwedig drwy ddefnyddio gweithdrefnau glanhau, golchi dwylo a hylendid da.

Dylech roi gwybod i bobl sy'n dod i mewn i'ch safle neu sy'n gweithio ar eich safle sut i leihau y perygl o ddod i gysylltiad â COVID-19.

Mae Profi, Orlhain, Diogelu yn gweithio drwy:

- brofi'r bobl hynny sydd â symptomau COVID-19 a gofyn iddynt hunan-ynysu tra'n aros am ganlyniad.
- olrhain yr unigolion hynny sydd wedi bod mewn cysylltiad agos â'r person sydd wedi profi'n bositif am COVID-19, gan ei gwneud yn ofynnol iddynt gymryd gofal a hunan-ynysu (am 14 niwrnod).

Mae [Canllawiau](#) ar gael i weithwyr yng Nghymru ar sut i Brofi, Orlhain a Diogelu.

## Helpu staff i weithio o gartref pan yn bosibl

Y ffordd fwyaf effeithiol o leihau'r cysylltiad â COVID-19 yw galluogi rhai neu bob un o'ch staff i weithio o gartref, rhywfaint o'r amser neu yn gyfan gwbl.

Mae disgwyl i gyflogwyr fod mor hyblyg â phosibl ac i addasu pan fo hynny yn bosibl.

Gallai hyn gynnwys rhoi gliniaduron neu ffonau symudol i staff a'i wneud yn haws i gysylltu gyda pawb.

## Cadw pellter corfforol o 2m mewn safleodd sydd ar agor i'r cyhoedd, a ble y mae gwaith yn cael ei wneud, pan yn bosibl

Pan nad yw gweithio o gartref yn ymarferol resymol, mae'n rhaid i'r rhai hynny sy'n gyfrifol am weithleoedd neu am adeiladau sydd ar agor i'r cyhoedd, sicrhau fod popeth rhesymol yn cael ei wneud i gynnal pellter o 2m rhwng pobl tra maent yn gweithio, gan gynnwys lleoliadau awyr agored.

Mae hyn yn ofyniad cyfreithiol yng Nghymru o dan y [Rheoliadau Coronafeirws](#). Mae'n rhaid i'r rhai hynny sy'n gyfrifol ddilyn y [Canllawiau Statudol](#), sydd wedi'u cyhoeddi i helpu ichi ddeall yr hyn y mae 'cymryd pob mesur rhesymol' yn ei olygu, a beth i'w wneud os nad yw'n bosibl cadw pellter o 2m mewn rhai amgylchiadau.

## Ble nad yw pobl yn gallu bod 2m ar wahân, rheoli'r risg o ddod i gysylltiad â COVID-19

Ble nad yw pobl yn gallu cadw at y rheol 2m a ble y mae angen gweithio yn nes, cymeryd pob mesur rhesymol i leihau y cysylltiad â COVID-19, drwy er enghraifft:

- Gyfyngu ar gysylltiad wyneb yn wyneb.
- Defnyddio rhwystrau corfforol.
- Mwy o hylendid, glanweithdra amgylcheddol ac atgoffa pobl o bwysigrwydd hylendid.
- Glanhau dwylo'n dda am 20 eiliad gyda sebon, a sychu'n drylwyr, neu ddefnyddio hylif diheintio dwylo gydag alcohol cyn ac wedi cysylltiad agos.
- Lleihau synau uchel fyddai yn golygu bod yn rhaid i bobl weiddi drostynt.

Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi [Canllawiau Statudol ar gymryd camau rhesymol i leihau'r cysylltiad gyda COVID 19](#) sy'n rhaid ichi eu dilyn.

Mae peidio â cymryd mesurau rhesymol i leihau'r cysylltiad gyda'r coronafeirws yn drosedd yng Nghymru, allai arwain at ddirwy pe byddech yn eich cael yn euog.

Mae rhagor o wybodaeth a chanllawiau manwl ar gael ar [wefan Busnes Cymru](#).